

М.: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1994. — 480 с.

9. Ялом И. Дар психотерапии. — М.: Изд-во Эксмо, 2011. — 352 с.

УДК 316.627

ПРОЦЕСС ВЗАИМОИНВЕСТИРОВАНИЯ В ДУХОВНОМ И ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ

Дедов Николай Петрович

Финансовый Университет при правительстве Российской Федерации,

Россия, Москва

vedun60@yandex.ru

Аннотация

В статье рассматривается одна из насущных проблем современности – духовное, психическое и физическое здоровье молодого поколения. Обращается внимание на то, что в последнее время актуальным становится формирование болезненности молодежи. Причины данной проблемы лежат в разных социальных областях – «плохой» экологии, условиях коммуникации, психологических факторах – индивидуальных особенностях и свойствах личности, а также в духовной сфере. Для формирования гармонически развитой здоровой личности необходимо оказывать влияние на всю совокупность жизненного пространства человека. Важным стимулом развития становится процесс взаимовыбестирования, который определяется всеми заинтересованными лицами – медиками, педагогами и психологами, студентами. Таким образом, происходит взаимная стимуляция каждой из сторон на формирование здорового образа жизни.

Ключевые слова: духовный мир личности, психическое и физическое благополучие, молодое поколение, экология, гендер, информатизация, взаимовыбестирование, мета-отношения.

В последние годы нового тысячелетия внимание медиков, педагогов и психологов в сфере образования все больше смещается с вопросов психического благополучия, духовного развития молодого поколения на его физическое здоровье, точнее, на его нездоровье, болезненность [5,6]. Все чаще отмечаются социально-психологические и физиологические явления, связанные с излишней усталостью, астенизацией студентов, формированием у них сколиоза, мышечной дистонии, ожирения и других физических недугов. Нарушение зрения, слуха у молодых людей приобретают массовый характер и определяют устойчивую тенденцию к доминированию в популяции [5]. Таким образом, создается впечатление о постепенной деградации населения, особенно среди молодежи. Причины данной проблемы лежат в области экологии, климатических условий, информационных перегрузок, социальных и психологических факторов. Данные факторы, во многом, определяют развитие и формирование физического неблагополучия студентов, которое сказывается на эффективности их обучения и социальной адаптации. В то же время исследователями все чаще забывается один из важнейших показателей бытия личности – ее духовный мир, который, почему-то, приобретает второстепенное значение и становится своеобразным «аппендиксом» в экономически ориентированном мире. «Прагматизм», «рациональность», «экономическая выгода и прибыль», «стоимость и ценность» оказываются ведущими понятиями современных взаимоотношений между людьми, особенно среди молодежи. Студенчество становится особым социально-психологическим маркером благополучия или неблагополучия будущего поколения.

Неблагоприятные экологические, климатические условия серьезно подрывают здоровье современных студентов. Высокая загрязненность воздуха, атмосферные катаклизмы, неустойчивость климата приводят к тому, что ребенок с детства оказывается в неблагополучной ситуации, которая оказывает влияние на его здоровье, обуславливая появление заболеваний дыхательной системы, желудочно-кишечного тракта, бронхиальной астмы и других болезней. Постепенно происходит формирование особого типа человека, который

успешно приспосабливается к экологически неблагоприятной окружающей среде, определяет оптимальные пути и стратегии поведения, взаимодействия с окружающим миром. Можно говорить о том, что отмечается своеобразная «мутация», когда «чистый» воздух становится ядовитым для граждан больших мегаполисов.

Следующей причиной неблагополучия молодого поколения оказываются социальные показатели. Развитие социума всегда сопряжено с изменением множества социальных ролей – мужчины, женщины, матери, отца, мужа, жены, руководителя, подчиненного, педагога, ученика и т.д. В современных условиях все больше стираются границы между социальными группами и выполняемыми социальными ролями [4]. Молодые люди, таким образом, сталкиваются с проблемами социальной идентификации, когда эффективное выполнение той или иной социальной роли становится затруднительным, а, иногда и невозможным, т.к. не определены ее основные показатели, критерии, маркеры и характеристики. В результате мужчины в отдельных случаях исполняют женскую роль, матери выполняют функции отца, а руководители, вместо управления, учатся «понимать и сочувствовать» внутреннему миру своих подчиненных. Таким образом, каждая из сторон первоначально обретая свою внешнюю оболочку и сущность, постепенно теряет свои внутренние качества и своеобразие. Происходит формирование «размытого» социального образа, в котором одновременно присутствуют черты разных субличностей. Понятия «мужественность» и «женственность» приобретают гендерный оттенок, когда главными становятся не физиологические показатели, а психологическое переживание своей половой принадлежности. Гендер (англ. «gender» – «пол») – это социальный пол, определяющий полоролевое поведение человека в обществе и то, как это поведение воспринимается другими, устанавливая соответствующее взаимодействие с окружающим миром [2]. Завершение в данном возрастном периоде времени (молодости), гормональной перестройки, соотносится у молодых людей с закреплением своего физиологического и социального статуса. Однако его вариабельность и неустойчивость приводят к

тому, что молодой человек сталкивается с признанием собственного физического и психического неблагополучия – болезненности. Происходит формирование комплекса неполноценности, который, с точки зрения А.Адлера, играет ведущую роль в развитии специфического поведения, обусловленного защитными механизмами власти, доминирования и эгоцентризма [1]. Таким образом, происходит формирование социально дезадаптивной личности, которая оказывается неспособной эффективно включаться в социальные отношения, особенно в образовательный процесс.

Еще одним социально-психологическим фактором становится изменение социальных, межличностных отношений между людьми. Развитие интернет-технологий, мобильной связи («всеобщая» телефонизация) качественно и количественно меняют структуру общения. Теперь диалог, полилог начинают подразумевать существование «третьего» посредника – технического средства, которое непосредственно включается в разговор между собеседниками. Такое включение приводит к тому, что возникает парадоксальная ситуация «прослушивания», контроля личной жизни индивида. «Механизм», автомат, обеспечивающий комфорт и безопасность владельца, выполняющий его распоряжения и команды приобретает особые «одушевленные» функции, которые несовместимы с его прежним техническим состоянием. Кроме этого он начинает активно вовлекаться в человеческую жизнь, приобретая специфическую значимость и ценность. «Очеловечивание» (анимизм) смартфонов, компьютеров, автомобилей и других приборов приводит к изменению их социального статуса. Данное изменение осуществляется не только со стороны его владельцев, но и со стороны самих автоматизированных средств, которые начинают проявлять собственный «характер», «гонор». Поставленная разработчиками автоматических систем задача их самообновления, самопрограммирования и самоусовершенствования, привела к тому, что «интуитивно понятный интерфейс» предполагает эффективное обучение своего владельца, пользователя [3]. Кроме этого сам «механизм» устанавливает необходимые технические приоритеты, определяя

интеллектуальные, психические и физические возможности владельца. В результате таких манипуляций происходит формирование специфической (цифровой) системы мышления у молодежи. Молодые люди предпочитают теперь коммуникации по интернету, через социальные сети, чем непосредственное общение «глаза в глаза» со сверстниками. Защищенность и закрытость от влияния внешнего мира приводит к тому, что происходит формирование «социальной аутизации», когда межличностное общение заменяется формальными отношениями. Таким образом, внутренний мир молодого человека модифицируется, а его физическое и психическое здоровье оставляет желать лучшего. Происходит формирование физической и психической пассивности, когда какие-либо волевые усилия приобретают проблемный характер и вызывают скорее «ступор», чем, то или иное действие. Экономия сил становится ведущим показателем существования молодых людей. Духовный мир с его переживаниями, эмоциями, размышлениями и принятием решения, в результате, оказывается «за рамками» их внимания, т.к. он предполагает огромное расходование энергии. Ограничение в физическом, психическом и духовном развитии приводит к тому, что личность молодого человека становится обедненной, неблагополучной, болезненной и ущербной.

Для формирования гармонически развитой здоровой личности необходимо задействовать всю совокупность жизненного пространства человека, обязательно включая духовное и нравственное развитие молодых людей. Именно здесь важным стимулом для совершенствования становится процесс взаимоинвестирования, когда жизнедеятельность молодого поколения определяется не только заинтересованными в этом лицами – родителями, медиками, педагогами и психологами, но и сам молодой человек прикладывает значимые усилия для созидания и формирования собственной личности. Таким образом, происходит взаимная заинтересованность каждой из сторон, а также направленность на стимулирование духовно обогащенного здорового образа жизни.

Литература:

1. Адлер А. Понять природу человека. - М.: Прогресс, 1997.
2. Берн Ш. Гендерная психология. - М.: Олма-Пресс Инвест, 2004.
3. Голиков Ю.Я. Методология психологических проблем проектирования техники. - М.: ПЕРСЭ, 2003.
4. Майерс Д. Социальная психология. - СПб.: Питер, 2000.
5. Новак Е.С. Здоровье студенческой молодежи как социальная проблема. //Вестник ВолГУ. Серия 7. Вып. 1. 2001. - С. 125-132.
6. Психология здоровья: Учебник для вузов. /под ред. Г.С. Никифорова. - СПб.: Питер, 2003.

УДК 159.9

СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ И СТРАТЕГИИ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРЕССОВЫХ СИТУАЦИЙ У ГОССЛУЖАЩИХ ОБЩЕСТВЕННОЙ ПАЛАТЫ ПОЛИТИЧЕСКОЙ ПАРТИИ

Климанова Алла Владленовна

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Россия, Казань

alla@ukagroup.ru

Аннотация

Актуальность темы исследования стресса и стрессоустойчивости у госслужащих общественной палаты состоит в том, что они постоянно испытывают стресс, а также эмоциональное выгорание во время своей профессиональной деятельности. Цель статьи заключается в определении стратегии преодоления стресса у госслужащих и улучшения уровня стрессоустойчивости. Ведущими методами исследования были теоретический и экспериментальный. Результаты исследования показали, что в зависимости от степени конструктивности, стратегии и модели поведения могут способствовать или препятствовать успешности преодоления